CONSEJOS para ADOLESCENTES

LOS ESTEROIDES

LA REALIDAD SOBRE LOS ESTEROIDES ANABÓLICOS

JERGA EN INGLÉS:
ARNOLDS/GYM CANDY/ PUMPERS/STACKERS/ WEIGHT TRAINERS/JUICE

CONOCE LOS HECHOS

LOS ESTEROIDES AFECTAN TU CORAZÓN. El uso y uso indebido de esteroides se han asociado con enfermedades cardiovasculares, como ataques al corazón y accidentes cerebrovasculares. Los investigadores encontraron que los usuarios de esteroides tenían corazones significativamente más débiles que aquellos que nunca usaron esteroides.[1]

LOS ESTEROIDES AFECTAN TU ESTADO DE ÁNIMO. Los esteroides pueden causar celos paranoicos, irritabilidad extrema y deterioro del juicio. También, pueden producir cambios de humor extremos, incluyendo ataques de ira que pueden llevar a la violencia.[2]

LOS ESTEROIDES AUMENTAN EL RIESGO DE INFECCIÓN. Compartir agujas o usar agujas sucias para inyectarse esteroides te exponen a enfermedades como el VIH/SIDA y hepatitis.[3]

? RESPUESTAS A TUS PREGUNTAS

P. ¿QUÉ SON LOS ESTEROIDES ANABÓLICOS?

R. Los esteroides anabólicos, comúnmente conocidos como esteroides, son medicamentos relacionados con la testosterona, algunos de los cuales son medicamentos aprobados para ciertos usos terapéuticos. Los fisicoculturistas y atletas pueden usar de forma indebida los esteroides para desarrollar músculo, tomando a menudo dosis mucho más altas de las recetadas para tratar condiciones médicas, tales como la pubertad tardía, o pérdida muscular por alguna enfermedad. Usarlas de esta manera no es legal ni seguro.[4]

P. ¿LOS ESTEROIDES SON ADICTIVOS?

R. Sí, pueden ser adictivos. Los síntomas de abstinencia incluyen cambios de humor, pensamientos o intentos suicidas, fatiga, intranquilidad, pérdida de apetito y pérdida de sueño.[5]

P. ¿CÓMO PUEDO SOBRESALIR EN LOS DEPORTES SIN USAR ESTEROIDES?

R. Concéntrate en comer saludable y en descansar lo necesario. Estos son factores importantes para la salud y el acondicionamiento físico y mental. Millones de atletas se destacan en deportes sin usar esteroides.

EN RESUMEN: A muchas personas se les recetan esteroides por razones médicas, pero los esteroides aún pueden ser mortales. Si tienes preguntas, habla con tus padres, un médico, consejero, maestro u otro adulto de confianza.

APRENDE MÁS: Encuentra la información más reciente sobre cómo las drogas afectan el cerebro y el cuerpo en **teens.drugabuse.gov** (en inglés).

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE LOS ESTEROIDES, CONTACTA A:

SAMHSA
1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727) (en español e inglés)
TTY 1-800-487-4889
www.samhsa.gov (disponible en inglés)
store.samhsa.gov





¡ANTES DE CORRER EL RIESGO!





CONOCE LAS LEYES. Es ilegal tener esteroides sin una receta de un médico con licencia.[6] Tampoco es legal la venta de esteroides por personas.



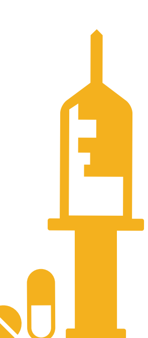
CONOCE LOS HECHOS. Los médicos recetan esteroides para determinadas condiciones de salud. Solo son seguros para usar cuando un médico los receta y monitorea sus efectos.[7]



CONOCE LOS RIESGOS. La mayoría de los esteroides anabólicos vendidos ilegalmente en los Estados Unidos provienen del extranjero. Los robos y las recetas inapropiadas, así como la producción en laboratorios secretos, también conducen a la venta ilegal de esteroides.[8]

4

OBSERVA A TU ALREDEDOR. La mayoría de los adolescentes no usan esteroides. Solo el 0.6% de los estudiantes de octavo grado, el 0.7% de los estudiantes de décimo grado y el 1.1% de los estudiantes de duodécimo grado informaron que usaron esteroides durante el año anterior.[9]



MÁS INFORMACIÓN

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN O LOS RECURSOS UTILIZADOS EN ESTE

"CONSEJOS para ADOLESCENTES",

visita **store.samhsa.gov** o llama al **1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)** (en español e inglés).

PEP20-03-03-015





CONOCE LAS SEÑALES

¿Cómo puedes saber si un amigo está usando esteroides? Los síntomas del uso de esteroides pueden incluir:[10]

EN LOS VARONES

- **Pérdida de cabello**
- **Desarrollo de senos (pecho)**
- **Impotencia**

EN LAS MUJERES

- **Crecimiento de bello facial**
- **Voz profunda**
- **Reducción de los senos**

EN AMBOS

- **Acné**
- **Ictericia (piel color amarilla)**
- **Hinchazón de los tobillos y los pies**
- **Dolor en las articulaciones**
- **Mal aliento**
- **Cambios de humor**
- **Nerviosismo**
- **Tembleque en el cuerpo**



¿QUÉ PUEDES HACER PARA AYUDAR A UNA PERSONA QUE ESTÁ USANDO ESTEROIDES?

SÉ UN AMIGO. SALVA UNA VIDA.

Anima a tu amigo que deje de usar esteroides o busca ayuda de un familiar, maestro u otro adulto de confianza.

Para obtener información gratis y confidencial y referencias para tratamiento las 24 horas del día/7 días a la semana, en español e inglés, llama a la línea nacional de ayuda de SAMHSA al:

1-800-662-HELP (1-800-662-4357)

o visita el localizador de servicios de tratamiento de la salud en SAMHSA:

findtreatment.samhsa.gov

[1] CardioSmart. (2017). Anabolic Steroids Increase Risk for Heart Disease in Young and Middle-Aged Men. American College of Cardiology. Retrieved from https://www.cardiosmart.org/News-and-Events/2017/07/Anabolic-Steroids-Increase-Risk-for-Heart-Disease-in-Young-and-MiddleAged-Men

[2, 4, 10] National Institute on Drug Abuse. (2016). Anabolic steroids. *Drug Facts.* Retrieved from https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/anabolic-steroids

[3] Centers for Disease Control and Prevention. (2018). Injection Drug Use and HIV Risk. Retrieved from https://www.cdc.gov/hiv/risk/idu.html

[5, 6, 7] National Institute on Drug Abuse. (2018). Anabolic steroids. *NIDA for Teens.* Retrieved from https://teens.drugabuse.gov/drug-facts/anabolic-steroids

[8] National Institute on Drug Abuse. (2018). Steroids and Other Appearance and Performance Enhancing Drugs (APEDs). Retrieved from https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/steroids-other-appearance-performance-enhancing-drugs-apeds/what-history-anabolic-steroid-use

[9] Miech, R. A., Schulenberg, J. E., Johnston, L. D., Bachman, J. G., O'Malley, P. M., & Patrick, M. E. (December 14, 2017). National adolescent drug trends in 2017: Findings released. *Monitoring the Future.* Retrieved from http://monitoringthefuture.org/data/17data/17drtbl2.pdf